



# 拓北・あいの里地区社協ミニ通信

拓北・あいの里地区社会福祉協議会

会長：渡邊 寛 広報部長：森下 満

この広報紙は赤い羽根共同募金の支援を受けています

No 85

令和 6年 5月 20日

**5月8日(水)に社協常任理事会が行われました。  
各部の活動状況と今後の予定についてご報告します。**



地域の社会福祉に興味をお持ちの方々へ、また再びお呼び掛けします。私たちの社協に参加して、一緒に活動してみませんか。

## ■ 総務部より ■

### ・ 令和5年度の福祉除雪の実施状況と今後の対応

福祉除雪利用世帯数は116世帯で、前年度より1世帯減り、横這いでした。地域協力員さんの状況では、①個人・グループを含め地区内の協力員さんが40名から46名へ増加、②同じ町内会同士のペアリング件数が49件から60件へ増加し、全体の半数を超えた、③地区内の福祉施設で協力施設が1ヶ所増えて2ヶ所なった、ことなど良い傾向がうかがえました。

一方では、依然、地区外の1企業に2割以上の件数を依存しており、29件に増加したことが課題としてあげられます。

今後の対応として、これまで同様、ミニ通信、チラシ等で協力員さんの募集を呼び掛けると共に、協力員さんを対象にした意見交換会(7月7日(日)14時から、地区センター2階集会室A・Bにて、感謝、やりがい、問題点、改善点、連携等について意見交換する)を開催するなど、広報、事業説明の活動を進めてまいります。

## ■ ふれあい交流部より ■

・ 5月9日(木)の「ひまわりクラブ」は10:00~11:30、地区センター和室にて行われる予定でしたが、参加者がなく中止となりました。

次回は6月4日(火)10:00~11:30、拓北・ひまわり会館にて開催予定です。

・ 今年度の「福まちサロン」は6月27日(木)からスタートします。10:00~11:30、地区センターにて開催予定です。

・ 5月12日(日)、13:30~15:30、拓北のカフェオリーブさん(拓北7条2丁目1-3、この3月発行の83号で紹介済み)で「ほくほく子ども食堂」のお手伝いを行いました。赤ちゃんからおじいちゃん、おばあちゃんまで多世代の方々が集い、メニューのタコライスを食べながらあちこちに交流が生まれていました。

お手伝い終了後、当日は母の日ということもあり、子どもたちから感謝のメッセージつきのプレゼントをいただき大感激でした。地域の安心できる居場所をもっとたくさんの方に知っていただきたいです。



5月8日の常任理事会の様子



5月12日のふれあい交流部による拓北・カフェオリーブでのほくほく子ども食堂のお手伝いの様子



ほくほく子ども食堂での、子どもたちからの感謝のメッセージつきのプレゼント。大感激!



地区センター24名、オンライン2名、合計26名が参加した、4月16日の地域ケア部の例会

【→裏につづく】

## ■ 地域ケア部より ■

4月例会は16日(火)18:30~20:00、地区センター2階集会室にて、Body Control Studio 株式会社社長・佐藤剛(さとう・こう)さんをゲストに「リハビリ型デイサービス こかげ」をテーマに、話題提供をいただき、意見交換を行いました。

地区センターでの対面とオンラインでのハイブリッド方式で行われ参加者は地区センター24名、オンライン2名、合計26名。

話題は以下の2点。一つ目は「リハビリと運動」についての全体的な話。

リハビリとは、単なる機能回復ではなく、人間らしく生きることの権利の獲得、自分らしく生きることが重要で、そのために行われる全ての活動をいいます。

こかげでは「こころも」「からだも」「元気になる」を理念とし、その頭文字をとって名付けました。

こころの元気には仲間が必要です。身体の元気には、姿勢を意識した体幹トレーニングが重要です。姿勢改善のメリットは、運動パフォーマンスの改善、痛みの改善、見た目、血流改善、活力の向上など多岐にわたります。高齢者の運動とリハビリにおいては、良い姿勢で歩くことで十分です。リハビリにおける運動の意味は、その人に必要な生活動作を継続することにあります。

二つ目はこかげの概要とデイサービスの内容についてです。

定員：14名(3月より)、対象：車に乗車できる方、送迎範囲：屯田から当別、新道より北側の東区、提供時間：9時から14時15分、料金：介護保険料+昼食・おやつ代800円で、介護度・負担割合等に応じた料金が必要。例えば、要介護1の場合、自己負担1割・入浴あり・週1回利用・普通食、で6,420円/月となります。

サービス内容については、体調チェック、朝の会に始まり、ヨガ体操(身体機能の維持向上を目指した全身運動)、こかげタイム(おやつ、コーヒー、お茶、談話など)、入浴(浴槽への出入り方法を指導)、ふまネット運動(楽しく歩く練習)、口腔体操(発声練習、早口言葉、歌、歌と体操)、昼食、外出練習(東光ストア、生協への買い物、近隣散歩)、個別リハビリ(10~15分程度で必要な機能訓練を実施)、余暇活動(塗り絵、手芸、ナンプレ、知恵の輪、読書、レクリエーションなど)、が1日の基本メニューです。この他に、年間行事(毎月1回、季節を感じられるもの)、こかげ新聞の発行、があります。

こかげは少人数だからこそ1人1人のニーズを大切にしています。まずは無料体験からお気軽にご連絡ください。

(電話：080-4112-7731)

また、訪問看護リハビリステーションも運営しています。

なお、5月例会は21日(火)18:30~20:00、地区センター2階集会室にて、医師・あいの里内科消化器科院長・高橋文雄(たかはし・ふみお)さんをゲストに「あいの里内科消化器科クリニック(あいの里1条6丁目2-2クリーンリバーネオシティあいの里1階)の事業継承について」をテーマに、話題提供をいただき、意見交換を行いました。その内容については次号の86号で報告いたします。



4月例会でテーマとなったリハビリ型デイサービス こかげ(あいの里1条4丁目20-13)の外観



ヨガ体操：ヨガ・ピラティス指導者でもある佐藤代表の知識を応用した体操です。身体機能の維持向上を目指します。(こかげのパンフレットより転載)



個別リハビリテーション：作業・理学療法士が悩みに合わせたリハビリを行います。あなたの悩みを聞かせてください！(こかげのパンフレットより転載)

## ◇ 今後の予定 ◇

6月例会は18日(火)18:30~20:00、北海道医療大学歯学部教授・飯田貴俊(いいた・たかし)さんをゲストに「誤嚥性肺炎が気になるなら、口とのどを鍛えましょう」をテーマに、地区センター2階集会室にて、話題提供をいただき、意見交換を行う予定です。

地区センターでの対面とオンラインでのハイブリッド方式で行います。来場できないがオンラインで参加の方にはZoomアクセス情報をお知らせします。その他の方はケア施設町内会事務局・長谷川までメール hasepy55@gmail.com でお問合せ下さい。